第 20 講　幸福論

今日のポイント

次の英文を読んで，設問に答えよ。

Would you be happier if you spent more time discussing the state of the world and the meaning of life and less time talking about the weather? People who spend more of their day having deep discussions and less time in small talk seem to be happier, said Matthias Mehl, a psychologist at the University of Arizona who published a study on the subject. He suggests that meaningful conversation holds the key to happiness both because human beings want to find and create meaning in their lives, and because we are (1)<u>social animals</u> and we need to connect with other people.

"By engaging in meaningful conversations, we manage to (2)<u>impose meaning on the world</u>," Dr. Mehl said. "And as you find this meaning, you bond with your conversation partner, which is a core foundation of happiness."

Dr. Mehl's study was small and does not prove a cause-and-effect relationship between the kind of conversations one has and one's happiness. But that is the planned next step, when he will ask people to increase the number of meaningful conversations they have each day and cut back on small talk.

© RECRUIT HOLDINGS
本サービスに関する知的財産権その他一切の権利は著作権者に帰属します。
また本サービスに掲載の全部または一部につき無断複製・転載を禁止します。

NOTE

© RECRUIT HOLDINGS
本サービスに関する知的財産権その他一切の権利は著作権者に帰属します。
また本サービスに掲載の全部または一部につき無断複製・転載を禁止します。

The study, published in the journal Psychological Science, involved seventy-nine college students — thirty-two men and forty-seven women — who agreed to wear a recording device. Researchers then studied the tape recordings and divided the conversations into either small talk, such as talk about the weather or a TV show, or more meaningful talk about current affairs, philosophy, or the role of education. A conversation about a TV show was not always considered small talk because it could be (3)<u>classified</u> as meaningful if the speakers analyzed the characters, for example.

Dr. Mehl noted that many conversations (4)<u>were simply practical</u> and did not fit in either category, including questions about homework or who was taking out the trash, for example. Overall, about a third of all conversation was identified as meaningful, while about a fifth was small talk.

But the happiest person in the study, based on self-reports about an individual's (5)<u>sense of well-being</u> and other measures of happiness, had twice as many meaningful conversations, and only one-third of the amount of small talk as the unhappiest. Almost every other conversation the happiest person had — 46 percent of the day's conversations — were meaningful, while only 22 percent of the unhappiest person's conversations were meaningful. Small talk made up only 10 percent of the happiest person's conversations, while it made up almost three times as much — 28 percent of the unhappiest.

Dr. Mehl will continue his research by examining the question of whether people can actually make themselves happier by having more meaningful conversations.

[Talk Deeply, Be Happy? by Roni Caryn Rabin, The New York Times, March 17, 2010 © 2021 The New York Times]

NOTE

© RECRUIT HOLDINGS
本サービスに関する知的財産権その他一切の権利は著作権者に帰属します。
また本サービスに掲載の全部または一部につき無断複製・転載を禁止します。

問 1　本文の内容を考え，下線(1)～(5)の意味に最も近いものをそれぞれ a ～ d から一つずつ選びなさい。

(1) social animals

a. members of a species that behaves badly

b. members of a species that lives in groups

c. members of a species that lives in conflict

d. members of a species that lacks language skills

(2) impose meaning on the world

a. make use of words like “world” and “meaning”

b. make sense of the world

c. explain how the world should be managed

d. tell the world what to say

(3) classified

a. discussed　　b. mentioned　　c. rejected　　d. judged

(4) were simply practical

a. were about doing basic things　　b. were about family duties

c. were about learning things　　d. were about public events

(5) sense of well-being

a. knowledge of self　　b. certainty about the world

c. satisfaction with life　　d. need to live

© RECRUIT HOLDINGS
本サービスに関する知的財産権その他一切の権利は著作権者に帰属します。
また本サービスに掲載の全部または一部につき無断複製・転載を禁止します。

問２　本文の内容を考え，次の問い１～５の正しい答えになるものをそれぞれ a ～ d から一つずつ選びなさい。

1. How does Dr. Mehl think meaningful conversation makes us happier?

a. It creates a more open society.

b. It helps us understand the problems of others.

c. It provides the key to meaning in sentences.

d. It helps us bond with people.

2. Which of the following statements is a true description of the conversations recorded?

a. The small talk was about the weather.

b. There was more small talk than meaningful conversation.

c. The meaningful conversation was more practical.

d. There was more meaningful conversation than small talk.

3. How much of all the conversation recorded was NOT small talk?

a. About one third.

b. About four fifths.

c. 46 percent.

d. 22percent.

4. How much more small talk did the unhappiest person in the study have, compared to the happiest?

a. Three times as much.

b. Twice as much.

c. Half as much.

d. A third as much.

© RECRUIT HOLDINGS
本サービスに関する知的財産権その他一切の権利は著作権者に帰属します。
また本サービスに掲載の全部または一部につき無断複製・転載を禁止します。

5. What will Dr. Mehl’s future project focus on?

a. The social benefits of happy conversation.

b. The ways in which meaningful conversation may contribute to an individual’s happiness.

c. The essential differences between practical and deep conversation.

d. The ways in which people use conversation to improve their social rank.

Ⓒ RECRUIT HOLDINGS
本サービスに関する知的財産権その他一切の権利は著作権者に帰属します。
また本サービスに掲載の全部または一部につき無断複製・転載を禁止します。

NOTE

© RECRUIT HOLDINGS
本サービスに関する知的財産権その他一切の権利は著作権者に帰属します。
また本サービスに掲載の全部または一部につき無断複製・転載を禁止します。

高３スタンダードレベル英語～読解編～　後期　復習テスト　第二十回

次の見出し語や下線部の意味に合う選択肢を選びなさい。

1. psychologist

① 心理学者　② 物理学者　③ 生物学者　④ 建築学者

2. subject

① 修行　② 主題　③ 文章　④ 主役

3. impose の後ろの型

① A on B　② A with B　③ A for B　④ A into B

4. engage in

① に没頭する　② を講義する　③ に貢献する　④ を誇張する

5. foundation

① 遠征　② 探検　③ 発見　④ 基礎

6. 会話

① probability　② conversation　③ possibility　④ condition

7. 構成する

① make up　② care about　③ catch up　④ keep up

8. 研究

① release　② resource　③ research　④ relative

9. 範疇

① category　② statistics　③ catastrophe　④ distance

10. 同一視する

① satisfy　② specify　③ identify　④ classify

11. A conversation about a TV show was not always considered small talk because it could be classified as meaningful.

①　TV 番組に関する会話が常に世間話と考えられなかったのは，有意義なものと分類されるからだ。

②　TV 番組に関する会話は，有意義なものと分類されたから常に世間話と考えられなかった。

③　TV 番組に関する会話は有意義なものと分類される可能性はあっても，常に世間話とは考えられなかった。

④　TV 番組の会話は，有意義なものと分類される可能性があるから，世間話とは必ずしも考えられなかった。

© RECRUIT HOLDINGS
本サービスに関する知的財産権その他一切の権利は著作権者に帰属します。
また本サービスに掲載の全部または一部につき無断複製・転載を禁止します。

NOTE

© RECRUIT HOLDINGS
本サービスに関する知的財産権その他一切の権利は著作権者に帰属します。
また本サービスに掲載の全部または一部につき無断複製・転載を禁止します。

高３　スタンダード英語～読解編～　第 20 講　解答

< 解答 >

問 1	(1) b	(2) b	(3) d	(4) a	(5) c
問 2	1. d	2. d	3. b	4. a	5. b

< 全訳 >

もし世界情勢や人生の意義について話すことにより多くの時間を費やして，天候について話すのにあまり時間を費やさないのなら，幸せになれるだろうか。一日の内多くを深い議論に費やし，世間話にあまり時間を費やさない人々は，より幸せであるように思えると，そのテーマについて研究を公表したアリゾナ大学の心理学者，マシアス・メール教授が言った。彼は，有意義な会話が幸せへのカギを握っているのは，人間が人生の意義を見つけて作り出したいからなのと，我々が社交的な動物で他人とつながる必要があるからなのだ。

「意義のある会話に従事することで，世界に意味を見出すことができる。」とメール教授は述べる。「この意味が分かると，会話のパートナーとつながり，それが幸せの核となる基礎となるのだ。」

メール教授の研究は，些細なもので，その人の会話と幸せとの因果関係を証明してはいない。しかし，それは計画された次の段階であり，その時，彼は人々に毎日行っている意義のある会話の数を増やして世間話を減らすように頼むつもりだ。

その研究は，精神科学雑誌で公表されたものだが，32 人の男性と 47 人の女性から成る 79 人の大学生を対象に行い，彼らは録音装置を身に付けてくれることに同意してくれた。その次に，研究者はテープの録音を研究して，その会話を世間話，例えば天気やテレビ番組に関する話，あるいは時事問題，哲学や教育の役割などに関するより意義のある話のどちらかに分類した。テレビ番組に関する会話は必ずしも世間話と考えられないのは，例えば，もしそれを話している人達がその特徴を分析しているなら，意義のあるものと分類されるからだ。

メール教授は，多くの会話がとても実践的で，宿題に関する質問や誰がごみを出すかといったことを含めて，世間話と意義のある会話のどちらの範疇にも属さなかったと述べた。全体としては，あらゆる会話のおよそ 3 分の 1 が，意味のあるものと特定された一方で，およそ 5 分の 1 が世間話と特定された。

しかし，その研究で最も幸せな人，それは個々の幸福感や他の幸せの尺度に関する自己申告に基づいたものだが，その人は最も不幸な人の 2 倍有意義な会話をし，世間話は 3 分の 1 しかなかった。最も幸せな人が行ったほぼ全ての他の会話が有意義なも

© RECRUIT HOLDINGS
本サービスに関する知的財産権その他一切の権利は著作権者に帰属します。
また本サービスに掲載の全部または一部につき無断複製・転載を禁止します。

ので，それは一日の会話の 46%を占め，一方で最も不幸な人は会話の 22%しか有意義なものはなかった。世間話は最も幸せな人の会話の 10%しか構成していなかったし，一方で最も不幸な人は，ほぼ 3 倍にあたる 28%を構成していた。

　メール教授は，人々がより意義のある会話をすることで，実際に自分達が幸せになれるのかという疑問を検証することでその研究を続けていく。

© RECRUIT HOLDINGS
本サービスに関する知的財産権その他一切の権利は著作権者に帰属します。
また本サービスに掲載の全部または一部につき無断複製・転載を禁止します。

第 20 講　重要語彙リスト　　＊一つ一つ何度も繰り返して，覚えてください

1	spend O ~ing	O を～するのに費やす	20	involve	含む
2	state	状態	21	device	装置
3	small talk	世間話	22	divide A into B	A を B に分類する
4	psychologist	心理学者	23	either A or B	A か B か
5	subject	主題	24	current	現在の
6	suggest	示唆する	25	affair	情勢
7	meaningful	有意義な	26	philosophy	哲学
8	conversation	会話	27	classify A as B	A を B と分類する
9	social	社交的な	28	character	特徴
10	connect	つながる	29	practical	実践的な
11	engage in	～に没頭する	30	fit	合う
12	manage to do	何とか～出来る	31	category	範疇
13	impose A on B	A を B に課す	32	trash	ゴミ
14	core	中心の	33	overall	全般的に
15	foundation	基礎	34	identify A as B	A を B と確認する
16	prove	証明する	35	well-being	幸福
17	relationship	関係	36	make up	構成する
18	cut back on	削減する	37	almost	ほぼ
19	publish	公表する	38	examine	調べる

© RECRUIT HOLDINGS
本サービスに関する知的財産権その他一切の権利は著作権者に帰属します。
また本サービスに掲載の全部または一部につき無断複製・転載を禁止します。

第 20 講　音読用白文　　①　②　③　④　⑤　⑥　⑦　⑧　⑨　⑩

Would you be happier if you spent more time discussing the state of the world and the meaning of life and less time talking about the weather? People who spend more of their day having deep discussions and less time in small talk seem to be happier, said Matthias Mehl, a psychologist at the University of Arizona who published a study on the subject. He suggests that meaningful conversation holds the key to happiness both because human beings want to find and create meaning in their lives, and because we are social animals and we need to connect with other people.

“By engaging in meaningful conversations, we manage to impose meaning on the world,” Dr. Mehl said. “And as you find this meaning, you bond with your conversation partner, which is a core foundation of happiness.”

Dr. Mehl’s study was small and does not prove a cause-and-effect relationship between the kind of conversations one has and one’s happiness. But that is the planned next step, when he will ask people to increase the number of meaningful conversations they have each day and cut back on small talk.

The study, published in the journal Psychological Science, involved seventy-nine college students — thirty-two men and forty-seven women — who agreed to wear a recording device. Researchers then studied the tape recordings and divided the conversations into either small talk, such as talk about the weather or a TV show, or more meaningful talk about current affairs, philosophy, or the role of education. A conversation about a TV show was not always considered small talk because it could be classified as meaningful if the speakers analyzed the characters, for example.

Dr. Mehl noted that many conversations were simply practical and did not fit in either category, including questions about homework or who was taking out the trash, for example. Overall, about a third of all conversation was identified as meaningful, while about a fifth was small talk.

But the happiest person in the study, based on self-reports about an individual’s sense of well-being and other measures of happiness, had twice

© RECRUIT HOLDINGS
本サービスに関する知的財産権その他一切の権利は著作権者に帰属します。
また本サービスに掲載の全部または一部につき無断複製・転載を禁止します。

as many meaningful conversations, and only one-third of the amount of small talk as the unhappiest. Almost every other conversation the happiest person had — 46 percent of the day’s conversations — were meaningful, while only 22 percent of the unhappiest person’s conversations were meaningful. Small talk made up only 10 percent of the happiest person’s conversations, while it made up almost three times as much — 28 percent of the unhappiest.

Dr. Mehl will continue his research by examining the question of whether people can actually make themselves happier by having more meaningful conversations.

© RECRUIT HOLDINGS
本サービスに関する知的財産権その他一切の権利は著作権者に帰属します。
また本サービスに掲載の全部または一部につき無断複製・転載を禁止します。

高3　スタンダードレベル英語　～読解編～　後期　復習テスト　解答

< 第二十回 >

1. ①	2. ②	3. ①	4. ①
5. ④	6. ②	7. ①	8. ③
9. ①	10. ③	11. ④	